



KLASSIEK PILATES MAT OPLEIDING 40U

Een stevige basis voor
wie met passie en
expertise wil lesgeven.

16 Okt '26
6 Juni '27



Refine your movement. Elevate your teaching.

Een opleiding waarin precisie, intelligent bewegen en verfijnde teaching samenkomen. Gebaseerd op de originele methode van Joseph Pilates, maar gebracht met een hedendaagse, diepgaande en lichaamsbewuste benadering. Dit is een traject waarin je leert zien, voelen en begeleiden op een hoger niveau.



Programma & Data

MODULE 1 — THE FOUNDATION: BASIC REEKS

Vrij 16 okt '26 van 10:00-17:00

Zat 17 okt '26 van 14:00-18:00

Zon 18 okt '26 van 09:00-12:00

We beginnen bij de essentie. De basis. De intelligentie van het lichaam. Je verdiept je in de klassieke Pilates Basic reeks en leert deze niet alleen correct uitvoeren, maar ook helder, veilig en met vertrouwen doceren. We werken vanuit de 6 fundamenteën van Pilates: concentratie, controle, centering, precisie, ademhaling en flow.

Je ontwikkelt:

- een verfijnd lichaamsbewustzijn
- inzicht in het powerhouse als centrale motor van beweging
- het vermogen om beginners stap voor stap in hun beoefening te laten groeien
- een natuurlijke, duidelijke manier van instructie geven
- het oog om fouten te herkennen en zacht maar doeltreffend te corrigeren.

Praktijkmomenten:

Je geeft alle oefeningen van de reeks aan je medestudenten en groeit meteen in je rol als docent. Na deze module kan je zelfstandig de Basic reeks doceren — met vertrouwen en kwaliteit.



Programma & Data

MODULE 2 — THE TRANSITION: INTERMEDIATE REEKS

Vrij 26 feb'27 van 10:00-17:00

Zat 27 feb'27 van 14:00-18:00

Zon 28 feb'27 van 09:00-12:00

Hier begint de verfijning.

Je leert hoe je studenten begeleidt in hun groei, je werkt aan progressie in de student — van basis naar verdieping.

Je verdiept je in:

- de volledige Intermediate reeks
- progressies en intelligente opbouw
- observeren met precisie
- verbale én manuele correcties
- werken met props (power circle, bal, gewichtjes)

Je ontwikkelt een cruciale skill: zien wat iemand nodig heeft — en exact weten hoe je daarop inspeelt.

Praktijkmomenten:

Je geeft alle oefeningen van de reeks aan je medestudenten en verdiept je kennis en aanpak als docent. Na deze module kan je studenten stapsgewijs begeleiden van de basic oefeningen naar de intermediate oefeningen — met vertrouwen en kwaliteit.



Programma & Data

MODULE 3 — THE MASTERY: ADVANCED REEKS

Vrij 4 jun '27 van 10:00-17:00

Zat 5 jun '27 van 14:00-18:00

Zon 6 jun '27 van 09:00-12:00

Hier komt alles samen. Je verfijnt je teaching tot een hoger niveau van helderheid, presence en precisie.

Je leert:

- studenten begeleiden naar een advanced practice
- complexere oefeningen toegankelijk en veilig maken
- je eigen teachingstijl verdiepen en verfijnen
- lesgeven met meer rust, autoriteit en vertrouwen

Praktijkmomenten:

Je doceert een intermediate / advanced Pilates reeks.



Certificering & Investeren



CERTIFICERING

Na afronding ontvang je een Certificaat Klassiek Pilates Mat docent
Maar belangrijker nog: je stapt naar buiten als een docent die ziet, voelt en bewust begeleidt.

VOOR WIE?

Voor wie voelt dat er méér mogelijk is.

- yoga docenten die hun kennis willen verdiepen
- kinesisten en bodyworkers
- Pilates beoefenaars die willen doorgroeien
- bewegingsprofessionals die kwaliteit voorop stellen

INVESTERING

Inschrijfkost €210

Early Bird €1499 (bij inschrijving vóór 30 juli '26) (incl. inschrijfkost)

Normaal tarief €1699 (inclusief inschrijfkost)

ANNULERINGSVOORWAARDEN

Tot 3 maanden vooraf: terugbetaling excl. inschrijvingskost

Tot 2 maanden vooraf: 50% terugbetaling excl. inschrijvingskost Binnen

2 maanden: geen terugbetaling

VOEL JE DAT DIT BIJ JE PAST? > Dan is je inschrijven de volgende stap.

Inschrijvingen zijn definitief na ontvangst van de inschrijfkost van €210 of na ontvangst van het volledige bedrag (Early Bird tarief tot en met 30 juli) op het rekeningnummer van Mahadeva BV, Journeys of Bliss KBC BE80 7390 2252 1377 met vermelding van jouw naam + opleiding Mat Pilates

Docente en Plaats

Christel Meulebroeck



Opgeleid bij Ernie Prevoo (Senior Teacher Trainer Peak Pilates, NL).
Sinds 2010 actief als docent en sinds 2018 opleider.
Haar stijl is helder, down-to-earth en diepgaand. Met oog voor detail en alignment van het lichaam én voor de mens achter het lichaam.



Onze studio Body Atelier, gelegen op het Lange Munteplein 4 te Kortrijk, West-Vlaanderen.
Dit is waar alle fundamenteën van Journeys of Bliss gelegd worden. Een plek die je draagt en rust brengt.
Gratis parking, op 1,2 km van de E17, busstop op 100 m